

AVSPARK 2014



Brøttum IL Fotball
inviterer til felles
treningsamling og
hygge i Limtrehallen
Moelven
lørdag 10.mai
fra 10.00 til 16.00.



For videre planlegging
trenger vi bindende
påmelding. Dette gjør du
til **din lagleder innen den
1.mai**. Nærmere
opplysninger kommer
etter dette!!

Program.

Treningsgrupper fra 10.00-12.00

Vi kommer blant annet inn på følgende
temaer.

- Oppvarming
- Teknikk
- Plassering
- Kondisjon
- Egentrening
- Keeper trening
- Miljø/Fair Play
/foreldrevett

Lunsj/Grilling 12-13

Frukt

Fotballkamper/turnering

Premiering

En liten egenandel må til for å
dekke kostnader for
mat og drikke.
100,- pr deltager

Har du spørsmål? Ring Svein på 99301600 eller Roar på 90130223